

Pauses actives:

El 28è Congrés de la CAMFiC a Girona serà pioner en la implantació de la 3era edició de la Guia de l'OMS *Planning healthy and sustainable meetings a practical guide* :

A part de pràctiques ja consolidades en els nostres congressos:

- Congrés sense fum
- Dieta Cardio-saludable

Aquesta any incorporem:

- Sostenibilitat
- Conscienciació mediambiental
- **PAUSES ACTIVES:** Al finalitzar les taules, xarrades i tallers, tots els assistents durant 2-3 minuts faran una sèrie d'exercicis amb musica i guiats pels membres del GdT d'exercici físic i salut.
- Passejades guiades per la ciutat el dijous 28 i dissabte 30 a la tarda

Els dissabte 30 d'abril de 2022 a les 9 hores tindrà lloc la **caminada adreçada a la ciutadania** per l'ídil·lic **Parc de la Devesa** a càrrec de membres del **Grup de treball d'exercici físic i salut de CAMFiC**. No es necessita cap vestimenta especial, la caminada es apta per tothom i es vinculen a la celebració del dia mundial de l'activitat física que té lloc anualment el 6 d'abril